

aging is beautiful

## BAA ニュース (2025.1月号)

### 新年御挨拶

一般社団法人 ビューティフル エージング協会  
会長 隅 修三

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお祈り申し上げます。

日本をはじめ世界の政治が大きく動いており、先が見通せない時代がしばらく続きそうですが、会員の皆様におかれましては本年が平穏で、充実した明るい年となりますようお祈り申し上げます。

さて、生成AIが気づかない内に我々の日常の中に入り込み、生活スタイルまで大きく変える時代に入ってきました。そうした中で的人生100年時代。現役からシニアまでの方々が、多様な「生き方、学び方、働き方」を考え実践していく事の大切さが益々脚光を浴びてきております。BAAはそういったビューティフルエージング社会の実現に向け、そのお役に立つべく活動内容を充実し、皆さんに魅力あるイベントを提供し続けていきたいと取り組んでまいります。人生経験豊かな皆様からも是非様々なアイデア・ご意見をお聞かせいただき、また活動にご参加いただければと思います。引き続きのご支援を宜しくお祈り申し上げます。



### 今月のBAAスケジュール

BAAではリアル及びオンラインでの開催をしておりますので、多くの方のご参加をお待ちしております。尚、「オンラインが初めての方」には操作方法などをご案内いたします。メールでお気軽にご連絡ください。

★ BAAはリモートワークで業務を行っております。電話でお受けできないこともございます。その時はメールでのお問い合わせをお願い致します。

<1月> (\*印:本号に詳細を記載しております)

- ◆ 1月10日(金) LDAの会 相続研究会
- ◆ 1月11日(土) BAA 第2回「マイライフデザイン研修」(2日目)\*
- ◆ 1月13日(月) LDAの会 レディス会\*
- ◆ 1月14日(火) LDAの会 太極拳教室\*
- ◆ 1月15日(水) BAA 三鷹ネットワーク大学講座\*
- ◆ 1月18日(土) BAA 新年会\*
- ◆ 1月22日(水) LDAの会 4水会\*
- ◆ 1月23日(木) LDAの会 投資研究会
- ◆ 1月24日(金) BAA 大相撲初場所観戦会\*
- ◆ 1月25日(土) BAA ぶらり街歩き\*

## <2月>

- ◆2月 8日(土) BAA 第2回「マイライフデザイン研修」(3日目)
- ◆2月13日(月) BAA 人生100年時代の実践セミナー
- ◆2月18日(火) BAA お話の会\*
- ◆2月19日(水) BAA 三鷹ネットワーク大学講座
- ◆2月26日(水) LDAの会 4水会

☆状況につきましては、下記担当者にメールでお問い合わせを頂きたく、宜しくお願い致します。

<各担当連絡先>・・・「初めてのオンライン」の方は、以下メンバーに連絡ください。

- ◆ BAA イベント(大相撲観戦、お話の会、ぶらり街歩き、囲碁大会、観劇会 除く音楽祭、太極拳)  
⇒ 埴 猛: [hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp) 又は 北村 満: [kitamura@baa.or.jp](mailto:kitamura@baa.or.jp)
- ◆ BAA 実践セミナー、三鷹ネットワーク大学講座、太極拳教室 ⇒ 大庭 和夫: [ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp)
- ◆ BAA エクステンションセミナー、LDA 養成講座、マイライフデザイン研修、シポジウム、講演会  
⇒ 埴 猛: [hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp)
- ◆ 音楽祭、4水会、LDA 分科会・研究会等 ⇒ 濱田 俊一: [hamada@baa.or.jp](mailto:hamada@baa.or.jp)

## 2025年度第36期 LDA 養成講座のご案内

2025年度のライフデザイン・アドバイザー(LDA)養成講座をご案内いたします。急激な環境変化で不確実な現代でも、誰もが豊かで充実した人生を送りたいと思っています。しかし、幸せで充実した人生は一人ひとり異なります。しかも働き方(キャリア)など限られた視点だけではなく、多様で幅広い視点から自分自身で人生をデザインすることが必要になっています。本講座は一人ひとりがそれぞれに望むライフデザインづくりをサポートするアドバイザーを養成する講座です。企業内外において豊かで充実した人生を望んでいる人をサポートしたい方、自分自身のライフデザインを考えたい方にお勧めの講座です。

今回は宮城まり子先生の講義で始まり、下平久美子先生の講義まで豪華な講師陣による6日間全10講座で開催します。また会場とオンラインのハイブリッド方式に加え、録画視聴も可能です。場所と時間にこだわることなく受講できますので是非多くの方に受講していただきたいと思います。尚、LDA 資格取得者も講座単位で受講ができます。学び直し、学び加えにご活用ください。

### 受講していただきたい方

- ◆ 企業の人事・総務・人材開発、OB・社友会・労働組合(リーダー、担当の方)
- ◆ キャリアコンサルタント、研修講師、産業カウンセラー、ファイナンシャル・プランナー
- ◆ 社会保険労務士、中小企業診断士の方で、更に知識を拡げ、幅広く活動したい方
- ◆ 異業種交流で多方面の知己を拡げたい方
- ◆ 生きがい、ライフキャリア、人生など自己理解を深め、人間成長を求め方

### 《2025年度 第36期 LDA養成講座募集要領》

- ◆ **期間：6月20,21日、6月27,28日、7月18,19日 [金・土曜日 6日間]**
- ◆ 開催：会場とオンライン(ZOOM)でのハイブリッド方式で開催します  
都合により受講できない講座は録画にて聴講していただきます
- ◆ 会場：東京都港区機械振興会館(東京タワーの隣)
- ◆ 定員：25名
- ◆ **受講料：121,000円(税込) 法人会員及び個人会員は99,000円(税込)**
- ◆ 申込・お問合せ：埴 ([hanawa@baa.or.jp](mailto:hanawa@baa.or.jp)) or 大庭 ([ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp))

## 第35期ライフデザイン・アドバイザー(LDA)養成講座・内容

開講日	講座名 講師名 (敬称略)	内容
第2日 6月20日 (土)	組織内キャリアから生涯キャリアへの転換 宮城 まり子 (キャリア心理学研究所代表)	人生100年時代を迎え、単に組織内だけのキャリアから生涯キャリアを考えることが大切です。人は生きている限り死ぬその日まで成長発達し変化し続ける存在です。今後どのように自分を活かし豊かな人生を送るか、そのための準備とは何かについて考えます。
	人生100年時代のライフキャリア 木村 勝 (リスタートサポート木村勝事務所)	人生100年・現役80歳時代、長い将来を展望して各個人が自律的に自らのキャリア戦略を描いていく必要があります。今後の働き方を見通し、その中でミドルシニア(40歳以上ビジネスパーソン)が意識して実践すべき「日本版LIFE SHIFT実践術」について解説します。また、ミドルシニアからの新たなキャリアの選択肢として業務委託による働き方(個人事業主)についても解説いたします。
第2日 6月21日(土)	キャリア・カウンセリングの理論と実際 廣川 進 (法政大学 教授)	キャリア理論、キャリアカウンセリング理論の基本的な考え方から、キャリアカウンセリングの実際までを学びます。知識と自己理解を深め、基本の傾聴リスニングをロールプレイングにより体験します。援助技法を学ぶ講座です。自らの癖を知り、実践のカウンセリングができるLDAを目指します。
第3日 6月27日(金)	豊かな人生のためのマネープラン 奥村 彰太郎 (「キャリアとお金」のアドバイザー)	ライフプランを考えるうえで、マネープランは大切です。公的年金などの社会保障制度や住宅ローン、生命保険、資産運用などの基礎知識とマネープランの作り方を習得、適切なアドバイスに役立ちます。
	個々の成長をサポート ～実践! コーチングコミュニケーション～ 櫻井 悦子 (研修オフィスSAKURA代表)	生き方や仕事に対する価値観が多様になっている中、個々の特性を捉えた対話型コミュニケーションが求められています。この講座では、コーチングの人間観を踏まえた上で基本スキルを習得し、成長を支援できるLDAとして実践力をつけていきます。
第4日 6月28日(土)	働く人のメンタルヘルス 山本 晴義 (横浜労災病院 医師)	自分も家族も職場も日本も元気にする「ストレス1日決算主義のすすめ」の明快な講義。心と身体の健康を維持、活動するのか、LDAとしてメンタルマネジメント知識と実践を習得します。
	“自分らしさ”を活かして輝くLDAをめざす 板谷 和代 (株式会社タンタピーバ共同創業者)	ライフ・キャリアデザインの研修講師、ファシリテーター、アドバイザーとしての活躍を支えるのは、自らのライフ・キャリアデザインや価値観の基盤となる“自分らしさ”を知り、活かすことだと考えています。その上で、伝えたいことを伝えたいように伝えるコミュニケーションスキルも磨く時間です。
第5日 7月18日(金)	組織と個人が協働で取り組む「キャリア自律」の実際 立花 一元 (ICHIGEN CAREER BRIDGE 代表)	ミドル&シニア社員の「キャリア自律」を応援する企業の事例を中心に、グループワークによる気づきや学びを深めて、LDAとしての実践力を高めます。
	ダイバーシティとインクルージョン 櫻井 香織 (NPO法人アーチ・キャリア)	これからの社会の中でのダイバーシティの重要性を理解します。更に女性活躍の方向性のあるべき姿を洞察します。グローバル企業で実践してきた経験を含めて現状と将来を提言します。
第6日 7月19日(土)	豊かな人生と交流分析 下平 久美子 (株)REFINE代表取締役社長)	「私はOK、あなたもOK」を哲学とする心理学「交流分析」はコミュニケーション学の集大成です。自他の心の特性を知る「自我状態・対話分析・人生態度・ドライバー」などの理論と分析があります。心の呪縛を解き、自らが書き上げた人生脚本に気づき書き換える、WIN/WINの人生を歩むための講座です。

2日目テーマ「現役を続けるための実践的ノウハウを学ぶ」

多様な働き方を知り、働きたいうちは働くためのノウハウを学びます。



【日 時】 1月11日(土) 14:00~16:00

【講師紹介】 木村 勝【リスタート木村勝事務所代表 電気通信大学特任講師、行政書士】

キャリアに関する著作多数。最新刊に『老後のお金に困りたくなければ 今いる会社で「半」個人事業主になりなさい』（日本実業出版）など多数の著作がある。

☆ 開催方法：オンライン開催 申込された方には、URL をご連絡します

☆ 参加費 残り7講座 17,500円(会員 14,000円) : 1講座受講 2,500円(会員 2,000円)

☆ 申 込 : hanawa@baa.or.jp 埴 又は ooba@baa.or.jp 大庭

こちらからも申込できます [②2024年度第2回「マイライフデザイン研修」受講申込書](#)

本研修は12月~翌年7月まで毎月1回開催の全8講座の研修です。講座単位の受講も可能です。

【次回(3日目)のご案内】 2月8日(土) 14:00~16:00

講 師 : 今辻 俊郎【(株)ライフデザインファクトリーCEO】

講座名 : 生涯現役時代のキャリア支援策とリスクリング

内 容 : 生涯現役時代といわれる時代におけるミドルシニアのキャリアアップにつながる支援策を紹介しつつリスクリングの重要性を学びます。

<4日目以降の講座内容>

開講日	講師名	講座名	内容
第4日目 3月8日(土)	松倉 壯典	ミドル・シニアに必要なストレスマネジメント	ミドル・シニアには様々なストレスがかかります。ストレスのメカニズムを知り、その対処法を交えた効果的なストレスマネジメントを学びます。
第5日目 4月12日(土)	倉林 孝明	自分らしく生きるための居場所づくりを考える	リタイア後の長い人生こそ生きがいを感じ、安心していただける居場所が必要になります。その作り方のノウハウを学びます。
第6日目 5月10日(土)	池上 義雄	ミドル・シニアに求められるコミュニケーションとは	職場でよい人間関係を築くためにも、そのポイントとなる、相手の気持ちをどう感じ、受け止めているのかを考えた対応ができるコミュニケーションについて学びます。

第7日目 6月14日(土)	荒武 誠	豊かな人生を支えられる賢い資産形成を考える	長い人生を安心して豊かに過ごせるために、何歳からでも始められる具体的な賢い資産形成方法を学びます。
第8日目 7月12日(土)	大庭 和夫	人生100年時代を見据えたライフプランとは	これからのライフプランを作成するときに欠かせないイベントを幅広い視点から考え、事前に準備することは何かを学びます。

## 講座報告 『三鷹ネットワーク大学講座』

今回は12月18日に開催しました三鷹ネットワーク大学講座からのご報告です。

### 『親の相続から見たこと』 ～円満な相続実現にポイントとなる遺言と遺産分割協議書～

LDA第18期 池上 義雄

【トラブルのない、円満な相続を実現するためには】

- ・生前の準備
- ・生前に相続対策を施すこと。

この2つが、大きなポイントとなります。特に、相続人の希望や気持ちを尊重した準備・対策が大切です。



被相続人が元気なうち（特に精神的に健全な状態であるうち）に、**相続人の中で財産の配分などの話し合いを行うこと。**（できれば被相続人も含める）

特に、相続財産に**不動産**が含まれており、とりわけその不動産が地価の高い都市部に所在する場合は、生前の相続財産分割対策、特に、不動産を相続する人は、**代償分割資金の確保対策**（「代償分割」については後述）が必要不可欠です。

尚、三鷹ネットワーク大学講座では実例も交え具体的にかつ詳細に講義しています。

【生前の準備】

「被相続人からは」

家族（相続人）に対して

- ・どんな財産が、どこにあるのか
- ・どういうふうに分けたいのか/分けてもらいたいのか、相続発生後、家族がわかるようにしておくこと。

「相続人（家族）は」

家族の間で話し合いの機会を設け、

- ・相続財産の種類や概算金額
- ・分割についての希望
- ・相続税がかかるか、かかるのであればその概算金額

を共有し、分割ができそうか、その見通しを持つこと。

被相続人が遺言を作成していなければ、意思がはっきりしているうちに、遺言を作成してもらっておくことも有効である。

- ・単純に相続財産を分けられるケースはまれ
- ・もめるのは、相続財産が少ないほど多くなる（特に相続財産が5,000万円以下の場合）
- ・不動産を相続する場合、共有名義は避ける

相続後の処分について、利害が不一致となり、仲違いから感情の軋轢を生じることになるもと。  
金銭的にも困窮することになります。

⇒ 不動産を相続する相続人は、他の相続人に現金を渡して解決できるよう、**代償分割資金の確保手段** を事前に実行に移す必要があります。

特に兄弟姉妹間の感情の軋轢や関係悪化を回避するように意識して早めに準備行動することが大切です。相続後のお互いの生活にも悪影響を及ぼすことになり、充実した楽しい人生と生活が、ほど遠いものになります。  
「遺言」とは、亡くなっていく人の意志を反映したもの

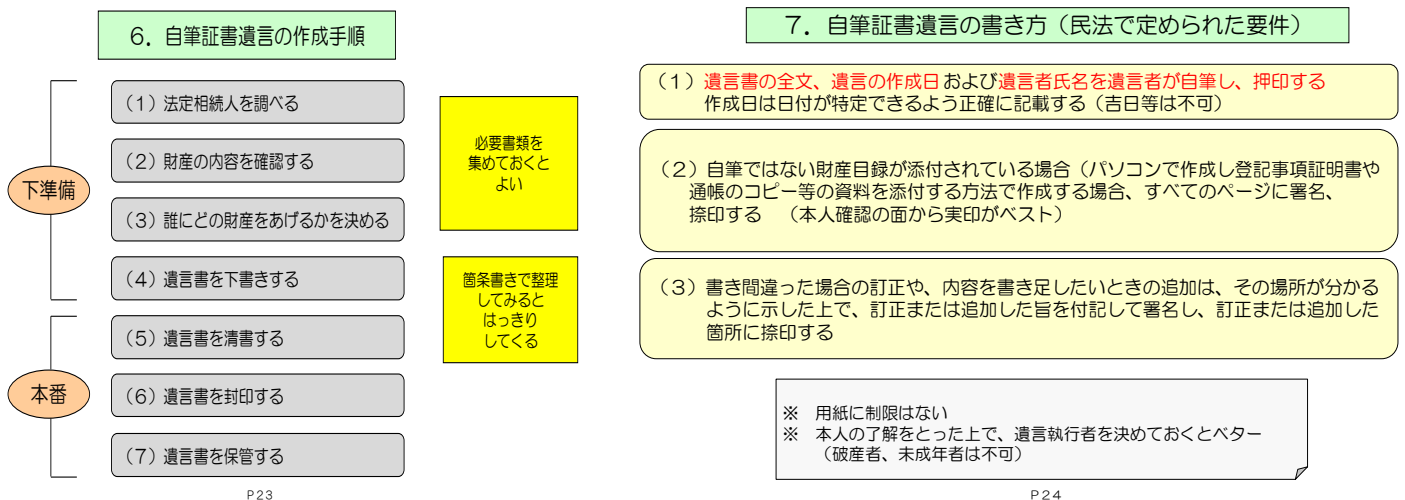
### 【遺言の種類】

- 自筆証書遺言
  - 公正証書遺言
  - 秘密証書遺言
- があります。

### 【遺言の効果】

- ・相続の際のトラブルの防止
- ・財産の分け方をスムーズにする
- ・遺言作成の際は、遺留分に留意して財産を分ける

(後述する「遺産分割協議書」は残った相続人の意志の合意を表すもの)



(法務局の自筆証書遺言保管制度や公正証書遺言の作成についても説明)

### 【遺留分制度とは】

- ・被相続人が有していた相続財産について、一定の法定相続人に一定の割合で取得できることを保証した制度です。
- ・兄弟姉妹を除く、法定相続人には遺留分という権利があり、**遺言の内容がどのようなものであっても最低限保障される相続分のこと**をいいます。  
(相続開始後は自由に放棄できる)

### 【遺留分を算定するための財産の価額】

- = 相続開始時における被相続人の積極財産 (遺贈財産を含む) の額
- + 相続人に対する特別受益としての生前贈与の額 (原則 10 年以内、婚姻もしくは養子縁組のため、もしくは生計の資本として受けた贈与)
- + 第三者に対するすべての生前贈与の額 (原則 1 年以内、種類を問わずすべての贈与)
- 被相続人の債務の額

## 【遺留分の侵害】

- ・遺留分侵害額請求権は、相続が開始してはじめて認められる（意思表示から5年で消滅する）
- ・受遺者や受贈者に対し、遺留分に関する権利を行使する意思表示をしさえすれば成立する
- ・遺留分侵害請求権は、遺留分権利者が相続の開始及び遺留分を侵害する贈与または遺贈があったことを知った時から1年間、相続開始から10年間経過すれば消滅する

⇒遺言を作成する際は、遺留分を考慮する

相続発生後、遺留分侵害額請求権を行使された場合は遺留分相当額の金銭を支払う必要が生じます。

## 【相続手続きのポイント】

- ・借金や負債、連帯債務の確認 ⇒ 限定承認または相続放棄の申立て
- ・遺言の確認
- ・遺産分割協議書の作成
- ・不動産の所有権移転登記
- ・相続税の申告

です。とりわけ、「遺産分割協議書」は「遺言」がない場合、必ず作成して誰に、どの財産が相続されるのか明確にする必要があります。この遺産分割協議書がないと、

- ・銀行口座の解約・残高移転
- ・不動産登記
- ・相続税の申告などが、円滑にできなくなります。（申請書類にコピーを添付する必要があります）

また、各種名義変更もできません。

## 17. 遺産分割協議書

### 遺産分割協議書とは

- ・遺産分割協議には相続人全員の参加が必要で、その中での話し合いによって遺産分割の方法と相続の割合を決め、その合意した内容をまとめた書類
- ・法的に作成義務はないが、遺産分割の名義変更等に必要書類

### 必要になる主な手続き

- ・不動産の名義変更登記（法務局）
- ・預貯金の名義変更・払い戻し（金融機関）
- ・株式等の名義変更（証券会社）
- ・車の名義変更（運輸支局）
- ・相続税の申告（税務署）

P38

### 《遺産分割協議書が必要になる場合》

- ・遺言書がなく、法定相続分とは異なる割合で遺産分割を行う場合
- ・遺言書に記載がない財産が見つかった場合
- ・遺言書とは異なる遺産分割を行う場合
- ・遺産分割協議書が必要なくても、トラブル防止のために作成する場合

### 《いつまでに作成すべきか》

- ・作成に期限はないが、相続税の申告期限が、「相続開始を知った日の翌日から10ヶ月以内」と定められているため、申告に間に合うように作成するのが無難
- ・A4サイズの白い用紙がよい

### 《実印の押印と印鑑証明書の添付が必要》

印鑑証明書は遺産分割協議書の日付と前後しても大丈夫

### 《相続人全員で保管する》

トラブルを防ぐため、相続人全員分を作成し、それぞれに署名・捺印する

P41

## 《主なポイント》

- ・生前に相続財産の把握
- ・共有名義不動産の処分についての考察
- ・代償分割資金の捻出手段と将来の生活資金の見通し
- ・遺産分割における、10年以上前の生計費（家の改築・改修費用など大口費用）の考慮
- ・相続税申告の際、相続税支払い回避のための小規模宅地評価減特例の適用

## 講座案内「三鷹ネットワーク大学」

BAAが社会貢献活動として、三鷹ネットワーク大学に提供している寄付講座です。「人生100年時代を考える」を講座タイトルとして開催しています。

### 1月講座 **【日常で合理的な判断ができないのはなぜ?】** ～直感、思い込み、周りの行動など、何が影響しているかを考えてみませんか～

#### 【講座概要】

普段の日常活動において本位でない選択をしたり、自分で決めたはずなのに「何かしっくりこない」と感じることはありませんか?

人は合理的に判断し、最も満足度の高い結果が得られるよう行動する、と経済学では説明していますが、説明のつかない行動は日常に溢れています。このように合理的ではなさそうな行動に焦点を当ててみて、行動に影響を与えていることは何かを知ること、より満足度の高い生活に活かすことができるのでは、と考えています。

その際にヒントになりそうなのが行動経済学。最近耳にする方もいらっしゃるかもしれませんが。まだ歴史の浅い分野ではありますが、経済学と心理学の視点を組み合わせ、多くの事例から行動に影響を与えていることは何かを説明しようという学問です。

日常の活動にヒントになることも埋もれているかもしれません。どのように活用できるかを一緒に考えていきませんか。

【講座日時】1月15日(水) 15時から16時30分

【講師】天野 富夫 先生 office エーエム代表

【申込先】三鷹ネットワーク大学へ直接申してください。

こちらから申し込みできます⇒ [三鷹ネットワーク大学](#)

## 2025年新年会のご案内

2024年の新年会は4年振りに会員の皆様で一堂に会して開催しましたが、2025年は場所を変えて新春を寿ぎたいと思います。今回も会場とオンラインのハイブリッドで開催いたしますので遠隔地の会員の皆様もご参加いただけます。以下要領にて開催いたしますので是非とも多くの会員の皆様にご出席いただきたくよろしくお願い申し上げます。

- ・日時 2025年1月18日(土) 15:30～17:30
- ・開催方法 会場とオンライン(ZOOM)のハイブリッド開催
- ・会場 レストラン(コリーナ・デラ・ステラ)  
住所 東京都千代田区永田町2-16-2  
星陵会館4階(日比谷高校隣)
- ・参加費 会場参加 5,000円  
オンライン参加 無料  
(各自飲食物をご用意します)





・申込締切 1月10日(金) (締切が過ぎても17日までにご連絡ください)

・申込先 事務局 大庭宛 メール: [ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp)

FAX: 03-3437-2510

※こちらからも申し込めます

➔ [BAA2025年新年会参加申込書](#)



## B A A イベントのご案内

今回は、下谷七福神巡りで七つの福を授かる「ぶらり街歩き」、楽しく環境問題を一緒に考える「お話の会」、全国どこからでも参加できる運動習慣のきっかけづくりの「1Day3000」などを企画しておりますので多くの方のご参加をお待ちしております。

### 1. 第8回 太極拳教室

・日時 : 1月14日(火) 16:15~17:45

・場所 : 高円寺区民センター (建物名: セシオン杉並) レクリエーション室 (地下1階)

・会費 : 1,000円 (会員以外1,500円) 会場で集金します。

・募集人員 : 12名 (先着順)

・申込締切日 : 1月18日(土)

### 2. 第57回BAA大相撲観戦会 2025年初場所

・日時 : 2025年 1月24日(金) 13日目、15時集合

・会費 : 5,300円 (通常料金 5,000円+諸経費)

今回から日本相撲協会の団体割引が無くなりました。

・募集人員 : 45名

・申込締切日 : 既に締め切りました。

### 3. 第19回 ぶらり街歩き「下谷七福神」と文豪の足跡を訪ねる」

今回は七福神を年の初めにめぐり七つの福を授かるコースを企画しました。また、ねぎし三平堂や一葉記念館、正岡子規庵などの文化芸能ゆかりの場所も巡ります。また希望者による懇親会も予定しております。

・日時 : 1月25日(土) 10:00~13:00

・コース : 鶯谷駅 ➔ ねぎし三平堂 ➔ 書道博物館 ➔ 子規庵 ➔ 元三島神社 (寿老人) ➔ 入谷鬼子母神 (福祿寿) ➔ 英信寺 (大黒天) ➔ 法昌寺 (毘沙門天) ➔ 小野照崎神社 ➔ 弁天院 (弁財天) ➔ 飛不動尊 (恵比寿) ➔ 一葉記念館 ➔ 寿永寺 (布袋尊) ➔ 三ノ輪駅

・ガイド : 東京シティガイド (NPO東京シティガイドクラブ認定者)

・歩行距離 : 4Km未満

・集合場所 : 10:00 JR「鶯谷駅」北口改札外

・会費 : 500円 (当日払い)、会員以外: 1,000円

・申込締切日 : 1月14日(火)

### 4. 1Day3000 (第12弾)

このイベントは、「会員の運動習慣のきっかけ作り」や「企業・団体として社会貢献活動への参加」を目的として、多様な企業や団体がチームで参加し、様々なルールのもと、チーム同士で競い合いなが

ら、参加者は、14日間のイベント期間中、**1日3,000歩**の目標を**毎日達成する事を目指す**イベントです。前回のBAAの成績は10名以上15名以下のクラスで4位でした。

参加方法は、**スマホにアプリ「Aruk&（あるくと）」をダウンロードするだけで、全国から参加できます。今回は大阪と福岡から参加いただきました。**今回も沢山の方の参加をお待ちしています。お申込みいただいた方にはアプリのダウンロードの仕方をお教えいたします。

- ・開催日程：2025年2月6日（木）から2月19日（水）の14日間
- ・参加申込：[ooba@baa.or.jp](mailto:ooba@baa.or.jp) 担当大庭までご連絡ください。  
又はこちらから⇒[BAA-歩こう会：1Day3000e\(第12弾\)参加申込書](#)
- ・申込締切日：2025年2月1日（土）

## 5. 第82回 お話の会 2月「かけがえのない海とのつながりを伝えたい！」

- ・内 容：自然界のすべてのものは複雑につながりあい、形を変え、循環をくりかえし、存在しています。そして、わたしたち人間もまた、その環のなかで生きています。地球の7割を占めると言われる“海”には多くの生物が暮らし、人間生活を“食”だけではなく、多様な面で支えています。そして、環境変化の最前線は今その“海”で顕著に現れています。“海”を楽しく学びながら、“環境”に関するさまざまな課題を自分ごととして受け止め、「もっと知りたい」「なんとかするぞ！」という“想い”のスイッチを入れる《教育プログラム》の紹介を通して、海の自然の楽しさや魅力を知っていただき、“海の生きもの”への共感に基づいた環境保全について、一緒に意見交換をしてみませんか！

### ・講 師：伊東 久枝 氏【海の環境教育NPO bridge 代表理事】

JALの機内誌の海外取材をはじめ、フリーランスライターとして様々な雑誌・書籍の編集に関わってきた。そして、野生イルカの個体識別調査ボランティアのコーディネーターを行なったのをきっかけに、環境教育事業に携わり、2002年bridge創設に参画。現在は、ライターやコーディネーターとしての経験を生かして、教育教材の制作やプログラムの企画・運営を行なっている。キャリアコンサルタント2級技能士・産業カウンセラー。憧れの生物は、クジラとゾウとシロクマ。

- ・日 時：2月18日（火）10:00~11:30（11:30~13:00レストランで講師を交えて会食、ワイン飲み放題つき）
- ・場 所：星陵会館（千代田区永田町2-16-2）日比谷高等学校隣
- ・会 費：4,500円
- ・申込締切日：2月14日（金）

## 6. 第106回「囲碁大会」

- ・日 時：3月6日（第1木曜日）12:30~16:30（受付開始 12:00）
- ・場 所：日本棋院・有楽町囲碁センター（東京都千代田区有楽町2丁目101 東京交通会館9階）
- ・競技方法：各自の持ち点数により、上位者からAクラスBクラスCクラスに分け、各クラスの中で3局対局（組合せは籤引）とします。対局時間は80分（1人40分ずつ）とし、全て対局時計を使用します。
- ・会 費：2,000円（昼食お弁当はありません）感染防止のため囲碁センター内での食事はできませんので、各自昼食を済ませてからの参加をお願い致します。
- ・募集人員：50名
- ・申込締切日：2月21日（金）

☆各種イベントの申込み メール又はFAXでお願いします。

- 申込先：事務局 北村宛 メール：kitamura@baa.or.jp FAX：03-3437-2510
- 申込み要領：希望のイベントに参加されるメンバー全ての方の①から⑥を記入下さい。  
① お名前（ふりがな）、②メールアドレス、③電話番号、④イベント名（観劇・囲碁大会・お話の会・大相撲など）、⑤個人会員または会員企業名、⑥その他（連絡事項など）

## L D A の 会 活 動 報 告

ライフデザイン・アドバイザーの認定者 643 名の活躍の紹介欄です。同期会・分科会（研究会）・支部活動状況や会員の皆様の情報などを紹介します。

### 1. 4 水会

12 月の 4 水会は案内人急病のため中止となりました。

新年 1 月のテーマは大庭 和夫氏（LDA19 期）による「蕎麦打ちにまつわるお話」  
～蕎麦打ち会にはまるキッカケは～ です

定年を控え、奥様のお勧めにより蕎麦打ちを始めた同氏が語る蕎麦打ちを始めたキッカケ、蕎麦のルーツと歴史、蕎麦による健康のお話、蕎麦打ち会設立のお話・蕎麦打ちに興味のある方、蕎麦大好きの方ぜひ参加してお楽しみください！

なお、今月はカラオケ会付きです。こちらにもぜひご参加ください！

日時：2025 年 1 月 22 日（水）15：00～16：30 対面開催

会場：港区施設 麻布区民センター 2 階会議室

港区六本木 5-16-45 電話 03-3583-5487

• 申込先：濱田まで ([hamada@baa.or.jp](mailto:hamada@baa.or.jp))



### 2. 分科会・支部活動、同期会状況

#### (1) LDS 分科会例会

代表 大庭 和夫（記）

開催日時：2024 年 12 月 9 日（火）19 時 00 分から 20 時 30 分

開催場所：リモート（ZOOM）開催

参加者数：9 名

内容：1. 三鷹講座について

2. 実践セミナーについて

3. 2025 年度のセミナー開催

①三鷹講座は 4 月：荒武氏、5 月：今辻氏、6 月：九鬼氏

②実践セミナーは 4 月：九鬼氏 に決定した

4. 2025 年度のセミナー集客について

5. 次回の開催 3 月に予定

#### (2) LDA2 期同期会

代表 寺門 隆夫

開催日時：2024 年 12 月 3 日（火）13：00～15：00

開催場所：銀座ライオン 7 丁目店

参加数：5 名

タイトル：「29 年経ても BAA 精神で活動する 2 期」

1995年12月29名で「人生設計アドバイザー研修」を受講し、今回29年目を機に5名会員で12月3日に銀座ライオン七丁目店に集まりました。会長乾杯の発声を皮切りに、「あれから29年」のメンバー活き方報告がありました。内容を厳選して諸活動（仕事、地域活動、学び等）を紹介し、と、社会保険労務士事務所の自営、居住管理組合の役員、見聞広める旅行企画で地域居場所づくりの世話役、好奇心もって歴史・史跡の研究・学び、福祉法人・町会の役員、また趣味面では溪流（ヤマメ、イワナ）釣り師、毎日8kmの健康ウォーキング、家族海外旅行で遺跡巡り、最高点挑戦のカラオケ研鑽、民謡舞踊で施設訪問等々と、歳を重ねながらも多彩なライフを有意義に過ごしています。今後もBAA精神をもって「何事にも好奇心で行動（気力）」「食欲旺盛で元気よく（体力）」で諸活動に取り組んでいきます。



会の締めには、来年節目の「受講30周年開催」の成功裏を目指し、元気で再会を誓い合い閉会しました。

2期一同

### (3) レディース会 2025年 新春イベント「七福神めぐり」

新春のイベントとして 江戸情緒ある日本一短時間で回れる「日本橋 七福神めぐり」を予定しています！ 男女問わず大歓迎です。また、七福神めぐり後は、希望者による懇親会も予定しています。

日 時：2025年1月13日（月）祭日 10:00~14:00頃

コース：小伝馬町駅➡梶森神社(恵比寿) ➡笠間稲荷神社（寿老人）➡末廣神社（毘沙門天）  
➡松島神社（大黒天）➡水天宮（弁財天）➡茶ノ木神社（布袋尊）➡小網神社  
（福祿寿・弁財天）➡人形町駅

集合場所：10:00 小伝馬町駅改札（3番出口方面）

会 費：無料（懇親会は実費、色紙、宝船、御朱印を希望される方は各自で）

申込締切日：12月28日(土) 締め切り日後参加ご希望の方はご相談ください。

連絡先 : 070-4067-1702（九鬼）arigatosan939@gmail.com

090-4841-3755（山田ゆう子）yukoyamada1203@gmail.com

## 事務局からのお知らせ

### 1. 2025年度個人会員の年会費について

2025年度の個人会員の年会費につきまして、諸経費の上昇、最低賃金改定などを考慮して理事会に提案し承認を頂き下記のように改定いたします。BAAは会員皆様の年会費で運営しておりますので何卒ご理解いただきたくよろしくお願いいたします。2月中旬にはご案内いたしますので納入のお手続きをお願いいたします。

【改定額】：個人会員2,000円/年（以降1,000円単位でご支援をお願いいたします）

：LDA会員3,000円/年（以降1,000円単位でご支援をお願いいたします）

：ゴールド会員：10,000円（以降1,000円単位でご支援をお願いいたします）

